



藥物濫用

了解濫用藥物的跡象來 幫助至親的人

您可以幫助有酒精或藥物問題的人。您需要清楚了解事實，和很多很多的愛心。

我可以怎樣幫助他們？

首先要學會察覺一些線索。您是否有朋友或家庭成員在工作環境中製造麻煩？或是在家裡搗亂？他們與人相處是否出現困難？這些都是濫用藥物的一些跡象。以下就是確認問題所在的一些方法。

是酒精問題嗎？

過量喝酒的人會做出愚笨的冒險行為，例如酒後駕駛。他們也許會觸犯某些例。

喝酒可以變成一種疾病，而且是一種擁有個別症狀的疾病。他們一旦喝酒，是否能夠自制？他們是否需要喝更多酒，才能讓自己感覺良好？如果不喝酒，他們的身體會否打顫嗎？

是藥丸嗎？

濫用藥丸的人常常想睡並且動作緩慢，而且他們行為懶散，即使是必需要做或是喜歡做的事情都不願意做。他們也許會神智迷茫，或是經歷嚴重的體重下降。

是可卡因嗎？

憤怒、胡言亂語、和情緒波動都是吸食可卡因的跡象。吸食可卡因的人可能會經歷失眠或嚴重的體重下降。

清楚知道往哪裡求助

先與您的醫生相約面談，或致電 **1-800-564-6600** 索取濫用藥物治療和復健的相關資料。然後才與擁有濫藥問題的人展開對話。

我該說些什麼？

在他們的惡習再次引起麻煩時與他們展開對話。等候適合時機，在他們處於清醒狀態時才與他們私下對話。可以和他們談論以前發生的問題，然後告訴他們從哪裡找尋幫助。如果他們不願意嘗試脫離問題，應當直接告訴他們您的應對方案。

如果您發覺您的孩子可能有濫用藥物的問題，您可以對他們說以下的話：

- ▶ 「我愛你。我擔心您會碰上一些問題。」
- ▶ 「我知道許多孩子都這樣做，但是這樣做對您只有壞處。您甚至會碰上更大的麻煩。」
- ▶ 「您絕對不是孤身作戰。我們會與您共渡難關。我願意做以下的事情來幫助您。」

不論是面對小孩子或成年人，都需要耐心聆聽。讓他們肯定的知道，您是愛他們的。

